

ATELIERS SANTÉ - SÉCURITÉ AU TRAVAIL

EMPLOYEURS, VISEZ LE RISQUE 0 !

EN INVESTISSANT DANS VOTRE **CAPITAL HUMAIN**

Puisque l'écart entre le **danger** et l'**accident**
est essentiellement **HUMAIN**



Fatigue
Stress
Emotions envahissantes
Endormissement
Manque de formation
Manque de concentration
Manque d'attention
Manque de sommeil
Manque d'endurance
Manque de force
Manque de souplesse



GARDEZ VOTRE ENTREPRISE EN BONNE SANTE !

Choisissez
votre/vos thématique/s
Santé Sécurité au travail

ATELIERS
SANTÉ - SÉCURITÉ
AU TRAVAIL



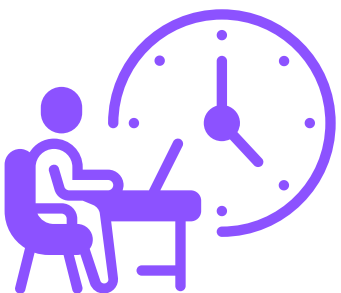
Eveil musculaire et articulaire

Préparer son corps à bien vivre sa
journée de travail, durablement



Risque Cardiovasculaire

Cause de décès au travail méconnue,
ce risque mérite d'être anticipé. S prise ne
charge rapide, en caset pris en charge



Sédentarité

Comprendre son impact sur le physique
et le mental, et trouver des clés



Je prends soin de mon dos

Métiers physiques ou non : comment
anticiper et gérer le "mal de dos"



Je prends soin de mon sommeil

Horaires décalés, stress... comprendre le
sommeil et trouver des clés pour l'améliorer



Bien manger au travail

Adapter son alimentation à son métier,
mieux identifier ce que l'on mange



Créer sa bulle Bien-Être

Gérer son stress, savoir se ressourcer en
automie, retrouver énergie et concentration

et créez un contexte à
impact positif sur

Santé des équipes
(Forme physique, vigilance,
concentration, attention)



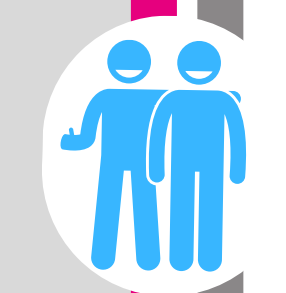
Marque employeur
(Engagement, cohésion,
recrutement, image)



Présentéisme
(Diminution des accidents, des
blessures, des maladies)



Ambiance au travail
(Gestion du stress, motivation,
travail d'équipe)



Obligations légales
(Toutes mesures visant à assurer
la sécurité des salariés)



ATELIERS SANTÉ - SÉCURITÉ AU TRAVAIL

Personnalisez
vos ateliers
Santé Sécurité au travail

Intégrez
vos options

DURÉE

Ateliers modulables : 1 à 2 heures, sur 1 à plusieurs jours (en fonction du nombre de salarié.e.s)

MATÉRIEL

Nous venons avec le matériel nécessaire :

- Tapis
- Swissballs
- Elastiques
- Pyramide alimentaire
- Collation (fruits, jus de fruits, eau, fruits secs)

LIEU

Sur votre site ou ailleurs :

- intérieur
- et/ou extérieur

GROUPE

Taille idéale par groupe : 4 à 10 personnes

Notre point fort : nous maintenons la même énergie du premier au dernier groupe !

PUBLIC

Tous collaborateurs, tous métiers :

- sédentaires
- physiques
- à gestes répétitifs
- horaires fixes
- horaires décalés...

NOS TARIFS ET MODALITÉS

Contactez-nous pour en savoir plus sur nos ateliers et obtenir un devis adapté.

* Possibilité d'intégrer votre programme à votre plan de formation.

✓ ANALYSE CORPORELLE DES POSTES

Evaluez de façon fine l'impact des métiers de votre entreprise sur le corps et le mental des salariés

✓ FORMATION DE REFERENTS INTERNES "EVEIL MUSCULAIRE ET ARTICULAIRE"

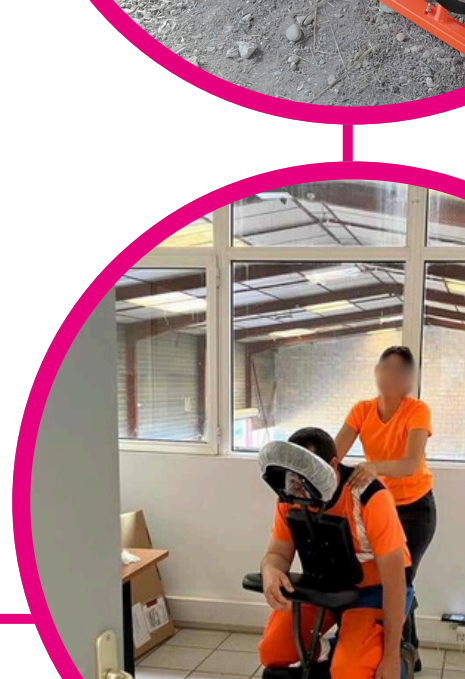
Intégrez la démarche de manière durable dans votre organisation, en formant des ambassadeurs au sein de vos équipes

✓ VÉLO SMOOTHIE

Support ludique et convivial, pour boire son smoothie, ou le partager, il faut pédaler !

✓ MASSAGE AMMA

Fantastique complément pour apporter détente et relâchement musculaire à vos équipes



Nos étapes, ensemble

1 PROPOSITION DE CONTENUS D'ANIMATION

Un **1er échange**, dans l'idéal sur site, permet de comprendre votre contexte, vos métiers.

Après échanges avec vous, nous vous établissons un **programme d'atelier** en fonction de vos besoins et vos contraintes, autour d'une ou deux thématiques.

2 ANIMATION

Nous **validons** ensemble le contenu et les formalités des ateliers.

Le **jour J**, nous nous retrouvons selon les modalités définies pour un moment pédagogique et ludique. Nous gardons la même énergie du 1er au dernier groupe.

3 EVALUATION

Les participants remplissent un questionnaire permettant de disposer d'éléments d'appréciation des thèmes, de l'animation et de l'organisation.

Nous vous faisons parvenir un **support pédagogique** à destination des équipes, **aux couleurs de votre entreprise**, et restons à votre écoute pour aller plus loin.

Avec Qui ?



Annick SEGABIOT VIATOR,
Consultante en qualité de vie au travail,
professionnelle du sport et du bien-être
en entreprise et **experte** en Intelligence
Collective depuis plus de 10 ans.

Elle s'entoure de professionnels,
sélectionnés en fonction des thèmes
que vous souhaitez aborder :
ostéopathe, coach sportif,
nutritionniste, sophrologue...

☎ **06 24 28 39 40**

✉ **contact@slash-rh.com**

🌐 **www.slash-rh.com**

ENERGIE

Gestion du stress

ENDURANCE

Coordination

Relaxation

Travail d'équipe

Lâcher prise

Motivation

SANTÉ

Bien-être

Confiance en soi

Abonnez-vous !

Vous souhaitez proposer plusieurs thématiques dans l'année à vos équipes ?

3 sessions par an :
= 1 mini diagnostic "Bien-être au travail" offert

4 sessions par an : -10%
+ 1 mini diagnostic "Bien-être au travail" offert

Diagnostic Bien-être : évaluez les + et - de vos équipes : management, relationnel, organisation

